産地探訪

一人は万人のために 万人は一人のために

CO-OP

きょうどう

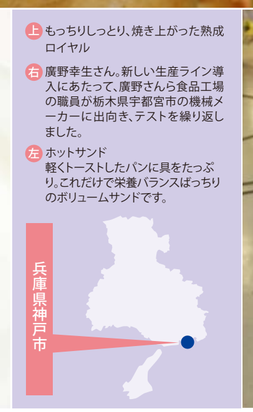
「きょうどう」はコープこうべの機関紙です

バックナンバーや取材こぼれ話はホームページで コープこうべ きょうどう 検索
http://blog.coop-kobe.net/kyoudou/

●発行人 浅田克己
●編集人 秦正雄
●編　集 生活協同組合コープこうべ広報室
〒658-8555
神戸市東灘区住吉本町1丁目3-19
「きょうどう」編集室☎078（856）1080

1月
きょうどうは毎月第1火曜日発行です

4面 特集
コープこうべと大阪北生協
ヒューマンパワーが未来を拓く



上 もっちりしっとり、焼き上がった熟成ロイヤル

右 廣野幸生さん。新しい生産ライン導入にあたって、廣野さんら食品工場の職員が栃木県宇都宮市の機械メーカーに出向き、テストを繰り返しました。

左 ホットサンド
軽くトーストしたパンに具をたっぷり。これだけで栄養バランスばっちりのボリュームサンドです。

Coop's

たっぷり湯種でもっちり甘い 熟成ロイヤル

焼き上がった「熟成ロイヤル」を二つに割ると、こうばしい湯気の中から、ふんわりとキメのそろった生地が顔を出しました。「OK。いい感じです」と六甲アイランド食品工場、食パン担当マネージャーの廣野幸生（ゆきお）さん。同工場ではこの年末年始に、食パンの生産ラインを全面的に入れ替えました。これまで別々の機械で行われていた、のばす、丸める、分割する、型に入れるといった工程が、一連の生産ラインで効率的に行われるようになったのです。

もちもち食感が自慢の「コープス熟成ロイヤル」。1999年にデビュー以来、ファンを増やし、2009年に行われたコープ商品の人気投票では、第1位に選ばれました。おいしさの鍵は、たっぷり使用している「湯種（ゆだね）」。「これだけ多くの湯種を使った食パンは、ほかにはないと思いますよ」と廣野さんは話します。湯種とは、小麦粉を熱湯で処理してでんぷんの甘みを引き出したもの。その配合量が多いほど、もっちり感や小麦本来の甘みが出ます。反面、生地のグルテンの結合力が弱くなり、気泡ができてしまったり、ふくらみが悪くなるなど、品質が安定しにくいのが悩みでした。

新しい生産ラインでは、原料をミキシングして発酵させ、機械に投入した後は、すべての工程が、コンピュータ管理のもと、自動的に行われます。「温度や湿度を最適に保ちながら、生地を傷めることなく焼き上げるので、気泡ができるなどの商品不良は格段に減らせます。生地がきめ細かくなり、食感もソフトに仕上がるんですよ」と廣野さん。とはいえ機械をコントロールするのは、やはり人間の目と手です。生地の状態や焼け具合は、原料の小麦粉や水、また気温や天気によっても変わってきます。廣野さんたちは、その日の条件に合わせて、発酵時間やオーブンの温度などを微妙に調整することで、最高の焼き上がりをめざしているそうです。

トーストしてよし、そのままでもよし、根強い人気を誇る「熟成ロイヤル」。いよいよ1月6日から、新しい機械で製造した商品が、組合員のみなさんに届けられます。さらにもっちりしっとりした食感を、お楽しみください。

「マルチストレチャー」でのばした生地をカットする工程

ご当地一品

ホットサンド

●作り方
パンは焼いてバターを塗っておく。

Ⓐ ①電子レンジでやわらかくしたカボチャに、炒めたタマネギとレーズンを加える。
② パンに①と軽く焼いたスライスベーコン、レタス、チーズをはさむ。

Ⓑ ① 溶いた卵に、ちりめんじゃこ、刻んだクリームチーズ、マヨネーズを混ぜて焼く。
② パンにのりの佃煮を塗り、①とスプラウト、スライスしたトマトをはさむ。

写真撮影：大下知己

ニュースNEWS

食を取り巻くリスクを正しく知ろう 県生活科学総合センターと協働セミナー

11月26日、兵庫県生活科学総合センターとコープこうべ商品検査センターとの協働セミナー「暮らしの視点で見直す『食の安全・安心』」が開催されました。

まずは、コープこうべ商品検査センターの大上浩司さんが、組合員から寄せられたお申し出事例を、実験を交えながら解説しました。

次に、BSE国内発生時に安全性を確保するためのフードシステムづくりに尽力された京都大学大学院農学研究科教授・新山陽子さんが「食品安全の考え方と消費者リスク認知、食品選択行動」と題して講演しました。新山さんは、「食品安全のリスクは、健康への悪影響が生じる『確率』と『重篤度』のかけ算でとらえられますが、消費者は『確率』を見落としがちです。また、リスクに対する行動は情報の与えられ方で正反対になる可能性があります」と指摘。また、「消費者は品質の絶対的価値基準を持たず、価格で価値を判断しがち。その結果、安いものは粗末に扱うことになり、大量廃棄を招いています」と、行き過ぎた低価格志向に警鐘を鳴らしました。

高齢者支える東灘区の「見守り事業」 宅配事業の機能を生かして協力

コープこうべは、東灘区社会福祉協議会と御影北部地区民生委員児童委員協議会からの要請を受け、神戸市が推進する「地域見守り活動推進事業」のモデル実施に協力する協定を結びました。

震災で甚大な被害を受けた同区では、震災後の転入者が5割を超えるとともに、高齢化が進んでいます。そこで、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるまちづくりに向けて、民生委員やボランティアが行ってきた「見守り活動」に、宅配事業を通してコープこうべが協力することになったものです。

職員が日常の宅配業務中、高齢者のいる訪問先で、普段と異なる状況に気づいた場合、協同購入センター長が「あんしんすこやかセンター」(神戸市の地域包括支援センター)に連絡し、上記の「見守り活動」につなげます。

12月14日から東灘区御影北部地区でスタート。さらに、宝塚市が実施予定の同様の取り組みにも協力する準備をすすめています。

山田邦子さんを迎えて がん検診受診を呼びかける

コープこうべは2010年2月、兵庫県と「がん検診受診率向上推進協定」を締結し、組合員に受診を呼びかけてきました。その一環として、12月7日、(株)コープエイシスとの共催で、タレントの山田邦子さんを迎えての講演会「大丈夫だよ、がんばろう!」を開催し、約400人が参加しました。

第1部では兵庫県健康福祉部の田所昌也さんが、県民のがん検診受診率の現状、受診率向上のための取り組みなどについて報告しました。

第2部は厚生労働省「がんに関する普及啓発懇談会」のメンバーでもある山田邦子さんの講演。乳がんを自己診断で見つけてから手術までのエピソードをユーモラスに語り、「早期発見で99パーセント助かります。ぜひ周りの人に受診を勧めて」と呼びかけました。

さらに、「笑って、歌って免疫力をアップさせましょう」と、観客を3つのグループに分け、『春の小川』『夏は来ぬ』『雪』を輪唱。最後に自ら作詞した『しあわせの青い鳥』を披露し、会場は温かい拍手に包まれました。

バランスのよい食事を届ける 「夕食サポートまいくる」スタート

コープこうべは1月末から、高齢世帯や単身世帯の夕食準備をサポートする新しい事業をスタートすることになりました。

メニューは、おかず盛り(おかずのみ6品、598円)と、ごはん付き(おかず5品、548円)の2種類。「安全・安心」「おいしさ」「健康」「エコ」をコンセプトに、和食を中心とした調理済みの弁当を冷蔵状態でお届けします。

注文は週単位(月曜～金曜)。1月31日から西宮市の一部でスタートし、4月以降、順次エリアを拡大していきます。

なお、地域のボランティア振興に役立てるため、1食につき0.5円を、「コープともしびボランティア振興財団」に寄付させていただきます。

漁業協同組合の仲間とともに 豊かな海のために森づくり

12月4日、グリーンピア三木で開催された兵庫県漁業協同組合連合会・JFグループ兵庫主催の「虹の仲間で森づくり」に、コープこうべの組合員・職員38人が参加しました。

初めに、漁業と森林整備の関わりについて解説を聞きました。「手入れの行き届いた森に降った雨は、腐葉土にしみこみ栄養豊かな水になります。その水は、川を下り海に注ぎ、やがて豊かな漁場を育てます」という内容に、参加者は納得の様子。その後、ヘルメットをかぶって森に入り、「ひょうご森の倶楽部」メンバーの指導のもと、間伐作業を行いました。

作業後は兵庫県産の魚介類を使った食事会が催され、ともに汗を流した参加者は、海の幸を囲んで、交流を深めました。

大阪北生協でレインボースクール 中国の人々との交流経験に学ぶ

12月13日、4月に合併する大阪北生協の協同購入センター豊中で開かれた「レインボースクール」で、コープこうべ組合員・大西直美さんが講師を務めました。

大西さんは、所属する「就学支援サークルひまわり」が、手作り品バザーの収益金で中国雲南省の小学校に図書や文具を届けるようになったいきさつや、現地を訪問して行っている交流授業の様子などを紹介。「日本のメディアから、中国人全員が反日感情を持っているように思いがちですが、そうではありません。中国人は日本人と顔が似ていても、『やっぱり違うんだ』と驚く場面も多々あります。経験や発見を一つずつ積み重ねながら合おうとすることが大事。子どもたちが大きくなったとき『こんなおばちゃんが日本から来てたな』と思い出してくれたらと思い、10年間活動してきました」と語りました。

参加者からは多くの質問が寄せられ、両生協組合員の学習交流を深める機会となりました。

◆コープこうべ ホームページ http://www.kobe.coop.or.jp/ コープこうべ 検索

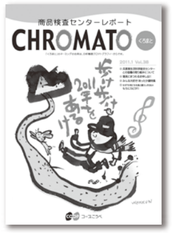
インフォメーション INFORMATION

「ウォーターリボン・アクション」にご協力ください 賛同商品1個あたり1円が寄付されます

16年前の阪神・淡路大震災で、私たちはそれまで当たり前のようにあった「水」のありがたさを痛感しました。コープこうべは、あのときいただいた支援への感謝の気持ちを込めて、水の確保に困っている人々を応援する「ウォーターリボン・アクション」の活動に特別協力しています。組合員のみなさまのご協力をお願いします。

●内容=下記の賛同商品をお買い上げいただくと、1個あたり1円が、神戸新聞厚生事業団を通して、自然災害に苦しむ地域の水復興関連支援金として寄付されます。
●賛同商品=明治ブルガリアヨーグルトLB81プレーン450g、マルちゃん麺づくり鶏ガラ醤油94g、ふじっ子おまめさん(北海道黒豆・こんぶ豆・ごもく豆・きんとき)、チョーヤさらりとした梅酒1000mℓ
●実施期間=3月7日(月)まで
詳しくはホームページをご覧ください。 ウォーターリボンアクション 検索

商品検査センターレポート「くろまと」第38号発行



1月発行の「くろまと」を、ご希望の方に無料でさしあげます。
●入手先=店舗サービスコーナー、コープカルチャー、生活文化センター、協同購入・ひまわりセンター地域担当
●内容=「兵庫県生活科学総合センターとの協働の取り組みについて」「寝具にまつわるお申し出!」「みんな大好き!あったか鍋特集」「なぜ?か気になる食と暮らしのQ&A もちにカビが!」
●ホームページでも内容をご覧いただけます。
コープこうべ 商品検査センター 検索
●問い合わせ=商品検査センター☎078－453－0116
(1月1日～3日をのぞく 月～土 9時～17時半)

生協研究機構 FAXモニター募集

お買いものや食生活を中心とした暮らし方、コープこうべの事業活動についてのアンケートにお答えいただくモニターを募集します。

●応募資格=FAXをお持ちで、ご家庭で主に買い物や調理をされる方。また、総代・地域コープ委員の経験がない組合員●募集人数=500人(予定)●モニター期間=2011年4月～2013年3月(2年間)●謝礼=活動内容やアンケートの回答回数に応じて薄謝進呈●応募方法=①氏名(ふりがな)②組合員番号③郵便番号④住所⑤電話番号⑥FAX番号⑦年齢⑧性別⑨同居家族人数⑩FAXモニター経験の有無⑪就労状況(フルタイム、パートタイム、無職・専業主婦、その他の就労)⑫募集を知ったきっかけ(きょうどう、コープPiù、ホームページ)を記入し、FAX0794－85－9777「FAXモニター」係まで(24時間受け付け)●締め切り=2月17日(木)●発表=モニターをお願いする方のみ3月末までに連絡します。※地域・年齢層などに偏りがないように勘案して決定させていただきます。ご応募いただいた個人情報は調査以外の目的には使用しません。●問い合わせ=コープこうべ・生協研究機構☎0794－85－5242(12月29日～1月3日をのぞく平日9時～17時)

あなたの気持ちを被災地に ハート基金の集中募金にご協力を

ハート基金(コープこうべ災害緊急支援基金)は、寄せられた募金を「基金」にしておき、災害発生時に速やかに被災地に届けようと、1999年に設立されました。毎年1月は、阪神・淡路大震災を忘れないようにと、この基金を育てる集中募金に取り組んでいます。みなさまのご協力をお願いします。

<募金方法>
●店舗=1月31日(月)まで募金箱を設置します。
●『めーむ』商品注文書に、募金の品番と数量を記入してください。
〈配布〉1月11日(火)～1月15日(土) 〈回収〉1月18日(火)～1月29日(土)

金額	100円 ⇨	品番 088099
金額	1,000円 ⇨	品番 088081

コープこうべの現況(11月末現在)

組合員数	1,422,640人
出資金	418億1,230万円
1人当たり出資額	29,390円
1人当たり利用額(月額)	13,997円
協同購入グループ人数	214,011人
店舗ふれんず人数	76,016人
個人宅配人数(※)	164,539人

※コープミニで受け取る「めーむ・ひろば」含む

マイバッグ持参率
11月の持参率は、90.5%でした。ありがとうございました。

1月のテレビ・ラジオ番組

奥様情報BOX
読売テレビ(10ch)／毎週金曜／ 11時25分～ 11時半
7日 商品情報紙『めーむ』の見方
14日 ひょうご発シリーズ「コープス緑豆もやし」
21日 コープクッキング「ごぼうの酒粕煮」
28日 「夕食サポートまいくる」

コープ元気マガジン
J:COM神戸・三木／J:COM神戸・芦屋／J:COM宝塚・川西
1日(土)～15日(土) フードプラン産地を訪ねて～春味摘み取り菜の花
16日(日)～31日(月) フードプラン産地を訪ねて～長崎県島原半島ブロッコリー

三上公也の情報アサイチ!「コープ・スコープ」(月～木)
羽川英樹の情報アサイチ!「コープ・スコープ」(金)
CRKラジオ関西 558KHz ／月～金曜／ 8時45分～8時52分

もののいのちを大切に(巡回情報・店舗 1月分)

堺刃物とぎ
●うねの=9日(日)●甲南=10日(月)●武庫之荘=11日(火)●仁川=12日(水)●ミニ石井=14日(金)●山本=15日(土)●西明石=16日(日)●大庄=18日(火)●浜芦屋=19日(水)●夙川=21日(金)●姫路砥堀=22日(土)●高砂=23日(日)●篠原=24日(月)●ディズ神戸北町=25日(火)～26日(水)●からと=28日(金)

三木刃物とぎ
●神吉=11日(火)●兵庫=12日(水)●志染=14日(金)●魚住=15日(土)●桃山台=18日(火)●ニッケパークタウン=21日(金)●大久保=25日(火)●マリナパーク=26日(水)●西宮=28日(金)●三田西=29日(土)

◆コープこうべへのご意見・お問い合わせはコープベル 無料 0120-443-100 携帯電話からは☎078－856－1000(年中無休、9時～ 18時) よく番号を確かめておかけください

くらし110番

電子レンジで卵が破裂

Q 水をはった陶器に生卵を入れて電子レンジでゆで卵を作ろうとしたところ、卵が破裂し、庫内の底板(フラットテーブル)が放射状に破損しました。なぜでしょうか。

A 取扱説明書をよく読み、正しく使用しましょう

電子レンジについては、県内の消費者相談窓口に「焦げ」「臭い」「発煙」といった様々な苦情や相談が寄せられています。

卵を電子レンジで加熱すると、中に閉じ込められた水分が高圧になります。さらに、熱膨張で一部が破壊されると、一気に水蒸気になり、破裂に至ります。この事例の場合、卵の破裂により底板が強い圧力を受けて押し下げられ、中心部が下部の部品に当たり、破損に至ったものと考えられます。

電子レンジは便利な電化製品ですが、使い方を誤ると危険です。具体的には、①ウインナー、ギンナンなど殻や膜のある食品は、破裂するおそれがあるので割るか切れ目を入れておく②飲み物を加熱しすぎると、ドアを開ける、容器を持ち上げるなど少しの振動で突然沸騰して飛び散り火傷をするおそれがあるため、注意する③100g以下の食材(ニンジン・イモなど)の加熱や茶葉の乾燥などは、電波が集中しすぎて発煙・発火のおそれがあるため、行わない」などです。取扱説明書をよく読んで、正しく使用しましょう。

●問い合わせ=
兵庫県立健康生活科学研究所
生活科学総合センター
☎078(303)0999

DATA

◆合併後の区域・地区

第１地区　宝塚市、川西市、猪名川町、西宮市（一部）、尼崎市、伊丹市
第２地区　芦屋市、西宮市
第３地区　東灘区、灘区、中央区、兵庫区、長田区、須磨区
第４地区　北区、西区（一部）、西宮市（一部）、宝塚市（一部）、三田市、三木市、小野市、西脇市、加西市、篠山市、丹波市、加東市、多可町
第５地区　垂水区、西区、明石市、洲本市、南あわじ市、淡路市
第６地区　姫路市、加古川市、高砂市、宍粟市、豊岡市、養父市、朝来市、稲美町、播磨町、市川町、福崎町、太子町、赤穂市、たつの市、相生市、上郡町、佐用町、新温泉町、香美町、神河町、京都府京丹後市
大阪北地区　豊中市、池田市、箕面市、豊能町、能勢町、茨木市、高槻市、吹田市、摂津市、島本町、大阪市（東淀川区、淀川区、西淀川区）

◆両生協の概要

2010年3月31日現在

	コープこうべ		大阪北生協	
設立年	1921（大正10）年		1950（昭和25）年	
出資金（百万円）	42,958		5,130	
組合員数	1,406 ,921人		234,622人	
事業所数	協同購入・ひまわりセンター 21 大型店（デイズ・シーア）6 コープ 85、コープミニ 52 リビング・スポーツコースト 2		協同購入センター 4 コープ 10、コープミニ 10	
供給高（百万円）	宅配事業	83,836	宅配事業	16,774
	店舗事業	164,765	店舗事業	13,034
	その他	1,897	その他	83
	合　計	250,499	合　計	29,892

特集

新春対談

コープこうべと大阪北生協 ヒューマンパワーが未来を拓く

2011年がスタートしました。今年4月、コープこうべは43年間事業提携関係にあった姉妹生協・大阪北生協と合併します。そこで、櫻井啓吉理事長と、大阪北生協安富巌理事長に、「新生コープこうべ」がめざすものについてお話を聞きました。

司会　高橋 知裕（ちひろ）さん
コープこうべの情報番組「奥様情報BOX」（読売テレビ金曜日11時25分～11時半）などに出演。宝塚市在住。

大阪北生協理事長　安富 巌
1988年理事就任、2006年より現職。弁護士。

コープこうべ理事長　櫻井 啓吉
1997年理事就任、2007年より現職。元兵庫県生活科学研究所所長。

女性たちの奮闘で誕生した生協

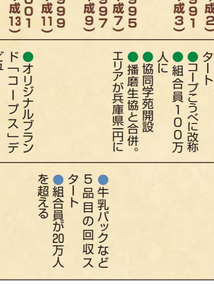
高橋　あけましておめでとうございます。いよいよ今年4月に、コープこうべと大阪北生協が合併することになりましたね。

櫻井　はい。昨年6月にそれぞれの総代会で、合併を承認いただきました。その後7月に合併調印式を行い、9月には両生協を管轄する近畿厚生局から正式に合併の認可が下りました。

安富　当時の豊中は、阪急宝塚線沿いに住宅地が開けていました。豊中睦生協は、近郊農家との産直を行ったりして組合員数を拡大。しかし、高度経済成長とともに周辺に商業施設が増えたため、供給活動はいったん中止して組合員活動に専念することになったのです。やがて北摂地域に次々とニュータウンが造成され、街の様相も急激に変わりました。新しい街では、灘神戸生協（現コープこうべ）が行っていた宅配のシステムが喜ばれるだろうということになり、事業提携を結んで供給事業を再開することにしたのです。その時「大阪北生協」と名称変更しました。1967（昭和42）年のことです。

高橋　私はコープこうべの組合員で、大阪北生協のことはまだよく知りません。安富理事長、教えていただけませんか。

安富　大阪北生協のルーツは、戦後の混乱期、生活物資を確保しようと、主婦・藤田スミさんらが始めた協同購入です。彼女らの手により、1950（昭和25）年、「仲むつまじく助け合う」という理念をその名に託した「豊中睦生協」が設立されました。



高橋　女性たちのパワーで誕生した生協なのですね。元気づけられるエピソードです。

豊中睦生協の「編み物講習会」。内職指導をかねて行われた（1952～55年頃）

高橋　なるほど、40年以上も前から提携関係にあったので「姉妹生協」と呼ばれてきたわけですね。

安富　豊中睦生協の初代組合長・藤田スミさんは「生協は福祉である」と言われました。一方、コープこうべの理念は「愛と協同」。両生協は思想的にとても近い関係にあったから、43年間におよぶ事業提携はうまくいったのだと思います。

高橋　私たち組合員にとっては、合併によってどう変わるのだろうか、というところが気になります。

櫻井　両生協は、43年間にわたる事業提携のもとに、商品の仕入れや物流、店舗のデザイン、宅配システムなどは、共通のものを使ってきました。CIマークや職員の制服なども一緒なんですよ。ただ、細かい点はそれぞれのルールで運用しているので、新設するもの、統合するもの、しばらく様子を見るものと区別して準備をしています。

高橋　合併後もこれまでと大きな枠組みは変わらないけれど、細かいルールは調整していくということですね。

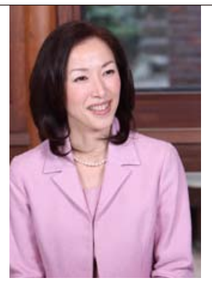
安富　大阪北生協には60年、コープこうべには90年の歴史があり、地域性・文化もそれぞれ異なる点があります。互いを尊重し、理解し合いながら、変えた方が良い点は変えていこうと話し合っています。

安心して暮らせる公正な社会づくりを

高橋　2つの生協はこれまで親密な関係にあり、事業についてはほとんど同じ枠組みで運営されてきたのですね。それでは、なぜ改めて1つの生協にする必要があったのでしょうか。

櫻井　今回の合併は、2008年に生協法が改正されたのを機に検討を始めました。新しい生協法では、「県域規制」が一部緩和され、必要な場合は、隣接都府県まで区域を拡大することができるようになったのです。全国的にも、共同仕入れをはじめとする生協間の事業連帯が進んでおり、今後は合併も増えるでしょう。

高橋　合併により、事業経営にメリットがあるということでしょうか。



櫻井　その一面はあります。しかしそれが第一の目的ではありません。合併すると、組合員は160万世帯を超えます。このヒューマンパワーにこそ合併の意義があると考えます。生協は営利企業とは違い、理念を共有する運動体ですから、多くの人が集まれば集まるほど、目標に近づけるのです。

高橋　より多くの仲間が集まることに、大きな意味があるのですね。安富理事長は「新生コープこうべ」に何を期待されますか。

安富　「無縁社会」という言葉で、コミュニティの危機が指摘される今日の日本において、生協はなくてはならない存在に成長しましたが、社会の意思決定への発言力という点では、まだ小さいと思います。「いのちとくらしを守る」という高邁（こうまい）な理想を掲げる組織ですから、さらに大きな影響力を持つことを期待します。今、コミュニティを再生させ、人と人との温もりあるつながりの核となるべきは生協です。女性が種をまき育てた生協と、社会運動家・賀川豊彦が起こした生協の合併は、性差や世代を超えた市民運動を生むはずです。そして「新生コープこうべ」が、世界の生協との連帯強化の「事始め」となることを願います。「くらしの安全・安心」に取り組む生協の連帯こそ、平和の礎となるでしょう。

コープこうべ第1・2地区と大阪北生協の共催で開かれた「フードプラン学習会」。約300人が参加（2010年12月）

櫻井　生協本来の役割は、人と人とをつなぐこと。大阪北生協の機関紙はまさに「LINK（きずな）」という名前ですね。米国第35代大統領J・F・ケネディはこう言いました。「つながっていれば、できないことはほとんどない。バラバラなら、できることはほとんどない」。新生コープこうべは、人と人とをつなぎ直して、誰もが安心して暮らせる、公正な社会づくりをめざさねばなりません。

高橋　本日はありがとうございました。

年表

	コープこうべ	大阪北生協
1921（大正10）	●社会運動家・賀川豊彦の指導で「神戸・灘の購買組合」が設立される	
1948（昭和23）		●豊中市の主婦・藤田スミらが生活物資の協同購入を開始
1950（昭和25）		●豊中睦生協が設立される
1955（昭和34）		●供給活動を停止し、文化活動に専念
1962（昭和37）	●神戸生協と灘生協が合併し「灘神戸生協」に	
1967（昭和42）	●商品検査室開設	
1971（昭和46）	●買い物袋再利用運動開始	
1975（昭和50）	●協同購入グループづくり開始	
1978（昭和53）		●大阪北生協に改称。灘神戸生協の支援で供給活動再開
1983（昭和58）	●「コープくらしの助け合いの会」発足	
1984（昭和59）		●助け合い制度「コープむつみ会」発足
1990（平成2）	●牛乳パック回収スタート	
1991（平成3）	●コープこうべに改称 ●組合員100万人に	
1995（平成7）	●協同学苑開設 ●播磨生協と合併。エリアが兵庫県内に	
1997（平成9）		●第1号店コープさくらつかオープン ●箕面市でグループ購入開始
1999（平成11）	●オリジナルブランド「コープス」デビュー	
2001（平成13）	●環境共生型農園「コープファーム」開設	
2006（平成18）	●生協法改正を受け「大阪北生協との合併について討議を開始	●牛乳パックなど5品目の回収スタート ●組合員が20万人を超える
2008（平成20）		●生協法改正を受け「コープこうべとの合併について討議を開始

JAの“かっちゃん”おやさいブログ④

直売所に、いらっしゃ〜い

かっちゃん プロフィール

淡路島在住。JA兵庫中央会に勤務し、農業振興の“旗振り役”として奮闘中。仕事のかたわら、週末は代々受け継いだ田畑で米や野菜づくりに励む日々。

「買う楽しさ」と「売る喜び」

農産物の直売所が元気や。商品の多くは、近所の農家が朝、収穫して持ち込んだ野菜や果物、花。毎日入れ替わるから、新鮮さはお墨付きや。

生産者にとってもメリットが多いのがこの直売所。サイズやらキズやらで市場の規格に合わん野菜も買うてもらえるから、無駄にせんですむ。何より、農家が自分で値段をつけられることが、やる気の源泉になってるみたい。どうやったら売れるかを勉強しながら、「売る喜び」を実感できるというわけやね。

家庭菜園の延長で、直売所だけに出荷している生産者も多い。近頃は定年退職後に本格的に農業を始めた人など、出荷者は県内で7000人近くにまで増えている。この間、JAの出荷研修会に200人くらい集まってて、改めて人気ぶりを実感した。女性を中心に新しく加工品を売り出すグループも徐々に増えていて、町おこしにも一役買っているんやで。

生産者と消費者をつなごう

今、兵庫県では11のJAが68の直売所を展開している。来場者は年間650万人以上、平均購入額は1500円弱やから、約100億円を売り上げている計算や。

順調に売り上げを伸ばしてきた直売所も、実は転機を迎えている。直売所自体が選択される時代になり、品ぞろえの充実とか端境期の対応とか、生き残るためには一歩踏み込んだ取り組みが必要になっている。さらにこれからは、食や農の情報発信拠点としての役割を高めたい。一部の直売所でやっている畑の見学会や試食会などをもっと広めて、産地情報の提供や食べ方の提案をしたいと思うてる。

6月には、豊岡に新しい直売所がオープンする予定。他に、農家の奥さん方が、とれたての食材を使って自慢料理でもてなすレストランを計画しとるところもある。期待しとってな〜。

にじのひろば

組合員さんからのおたより紹介

種を植える楽しみ

私は何でも種を植えるのが好きです。孫と一緒に食べたビワの種、拾ってきたどんぐり、松ぼっくりの中のうすいひらひらとした種、どれも芽が出てきて、小さな植木鉢ではかわいそうなほど大きくなりました。松の芽はそれはそれはかわいくて、毎日いとおしく見ていました。それが私の背丈ほどにもなり、小さな鉢で頑張っています。お正月には少し枝をもらい、千両と一緒に仏様に供えています。

（明石市・有井祐子・70歳）

体力測定でびっくり

女性だけのフィットネス教室に通い始めました。日頃歩いてはいましたが、なかなか体重が減らず、足や腰に痛みが出始め、筋力をつけなければという焦りがあったので。友達の誘いに乗って決心しました。最初の体力測定の結果、身体年齢80歳と書かれているのにびっくり。まだ57歳なのに…。歩くのは筋力をつけてからになるそうです。無理は禁物だそうですが、せめて身体年齢65歳くらいになるよう、絶対頑張ります。

（三田市・気持ちは18歳・57歳）

30分でできるカステラ

匂いと味で一度楽しめるレシピをご紹介します。材料は卵6個・水30㎖・はちみつ30g・黒糖200g・薄力粉100g。ボウルに卵白と黒糖半量を入れ、角が立つまで泡立てる。別のボウルで卵黄・水・はちみつ・残りの黒糖を混ぜ、泡立てた卵白を少しずつ混ぜる。ふるった薄力粉を加えよく混ぜる。天板にクッキングシートを敷き、生地を流し入れ、天板を3回ほど落として生地を均等にならし、180℃のオーブンで20分間焼いてでき上がり。しっとりした美味しさです。

（小野市・ゆのママ・53歳）

姑の奮闘

息子のところに3人目の子どもが生まれたので、2週間ほどお手伝いに行ってきました。朝早く起きてから夜寝るまで、それはそれは忙しい時間を過ごしました。一番気をもんだのは、母乳がよく出るようにということ。食事の内容を考え、おかげでお乳もよく出て嫁は喜んでくれました。毎晩寝る前、嫁に笑顔で「お母さん、今日一日ありがとうございました」とお礼を言われると、一日の疲れは吹っ飛んでしまいました。

（北区・お礼の言葉に弱い姑・62歳）

投稿募集

日々の暮らしの中で感じたこと、『きょうどう』を読んでの感想などをお寄せください。原文は短くする場合があります。〒住所、氏名（ペンネーム可）、年齢、電話番号（お忘れなく）を記入し、郵便、FAX、Eメールで。掲載分には薄謝をさしあげます。

●あて先＝〒658-8555コープこうべ
『きょうどう』編集室「にじのひろば」係
FAX:078−856−1239
Eメール:kyoudou@kobe.coop.or.jp

やってみよう！クロスワード

★問題　二重枠の文字をA〜Dまで順に並べてください。　A B C D

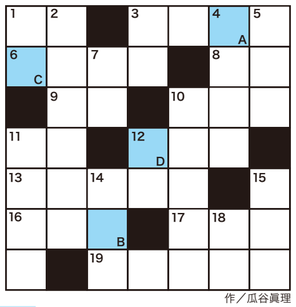
★ヒント　おかゆを食べて胃腸を休めます。

タテのカギ

①笑う門には○○来たる。
②宝船に乗っています。
③○○の強い営業マンに無理矢理買わされた。
④ストッキングなどに利用される合成繊維。
⑤白一色の庭を眺めて楽しみます。
⑦海岸に、寄せては返す○○の音。
⑩名門校には、定員の何倍も集まります。
⑪何が出るかお楽しみ！の○○○○コース。
⑫刀はむき出しにせず、これに収めるもの。
⑭剣道で使う道具です。
⑮人差指と中指を立てて、ブイ○○○。
⑱アヒルの先祖です。

ヨコのカギ

①愉快な○○回しの歌。
③男子禁制ですが、小さい坊やならOK。
⑥栗きんとんを鮮やかな黄色にしてくれます。
⑧○○でいなせな町火消し。
⑨「レター」を昔風に言うと？
⑩卵の○○○を泡立ててメレンゲに。
⑪百万の百倍は一○○。
⑫砂粒が固まってできています。
⑬鳩を出したりハンカチの色を変えたり…。
⑯大工道具の一つ。
⑰会議や披露宴、番組などの進行役。
⑲○○○○○をつけて店員を困らせる客。



作／瓜谷眞理

★賞品

コープの商品券3,000円分を、正解者の中から抽選で20人の方にさしあげます。■応募方法／ハガキに答えと、〒住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、〒658-8555コープこうべ『きょうどう』編集室「クロスワード」係まで。■締め切り／1月17日（月）消印有効。■前回の答え／「リサイクル」でした。応募総数2,107通のうち、正解は2,080通でした。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

1月20日すぎに、コープこうべホームページ「取材こぼれ話」に、1月号の解答をアップします（12月号の解答もアップしています）

コープこうべ　取材こぼれ話　検索

おしえて！コープさん

コープ探偵 キョナン

コープで本を買うと定価より安いって?! どうしたら買えるの？

お店に本なんてあった？
コープ探偵のボクが調べてくるわん！

答えてくれた人
インターネット事業部
八木 和明さん

お店に本屋さんはないけど、本が買えるの？

インターネットの「コープこうべネット」で注文すれば、お店で受け取れるよ。『めーむ』を利用している人は、訪問時に受け取ることもできるんだ。

そうだったのか。で、値段はどうなの？

定価の5％オフ、しかもお店で受け取ると店舗ポイントが付くよ。だから5倍ポイントデーに受け取りに来られる組合員さんが多いみたいだ。

なるほど〜！注文はどうすればいいの？

まず「コープこうべネット」の「eふれんず」になってね。組合員番号とeメールアドレスがあれば簡単に登録できるよ。登録は無料で、登録完了後すぐに本が注文できる。在庫があれば最短4日で指定したお店に届くよ。

手軽だね。どんな本が買えるの？

文芸書でも学習参考書でも専門書でもなんでも。実は、2月16日（水）からサイトをリニューアルして取り扱いが約80万冊に増える予定なんだ。休んでいたCD・DVDの取り扱いも再開する。検索システムがバージョンアップして、試聴サービスも付くよ。

わぁ、便利そう！

リニューアルのため1月19日（水）〜2月15日（火）に本の供給を休ませていただくので、直前の1月5日（水）〜18日（火）に本の10％オフセールをやっちゃいます。お買い忘れなくね。

10％オフ?! すごーい、すぐに「eふれんず」になるワン！

「eふれんず」は、ほかにもメリットいっぱい。『めーむ』を利用してない人も6万人以上いるよ。利用額に応じてつく「eポイント」をためるとコープの商品券がもらえるし、「WEBマーケット」でコープの店舗では扱っていない物も買えるんだ。景品が当たるクイズやコープ商品のモニターに応募できたり、コミュニティサイトで情報交換できたりするよ。この機会に「コープこうべネット」をのぞいてね。

よ〜し、登録しちゃうぞ。ところで、1000円の本を10％オフで注文して5倍ポイントデーに受け取ると…ムフフ、どれだけおトク？

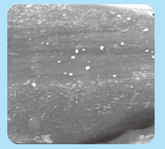
コープこうべネット　検索

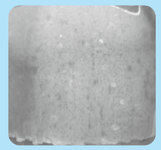
http://www.coop-kobe.net/

ドキッ！これって大丈夫？ 商品検査センター Q&A

昆布に付いている粒々は？

Q カットだし昆布の表面に、白い粒状のものが付着しています。使っても大丈夫でしょうか？





A アルギン酸の結晶です。

白い粒の付いた昆布(左)を、水に浸して2時間経過すると(右)、粒状のものは水分を吸収してふやけているのがわかります。このことから、白い粒は昆布に含まれている水溶性食物繊維の一種、アルギン酸の結晶と思われます。アルギン酸は、昆布をはじめワカメ、モズクなどの海藻類に含まれるヌルヌルしたぬめり成分。これを多く含んでいると、乾燥工程において表面で結晶します。アルギン酸の含有量は、産地や収穫年によっても異なり、1割ほどの昆布でこのように結晶化が起こるようです。もともと昆布の成分ですので、食べても健康に害はありません。

出典:『なぜ？か気になる食と暮らしのQ&A』
(発行:商品検査センター　発売:神戸新聞総合出版センター)

●商品検査センターレポート
「くろまと」第38号発行しました
詳しくは3面をご覧ください。

●ホームページもご覧ください。
随時Q&Aを更新しています

コープこうべ　商品検査センター　検索

調味料 みんなの使い切りワザ!

ぺろりといける!!はさみ揚げ

たたいた梅干しとみりん、白みそを味を見ながら合わせ、鶏のささみやムネ肉にはさんで揚げます。天ぷらでもフライでもおいしいですよ。大葉を一緒にはさんでもよく合います。

荒関千晴さん（中央区）

【白みそ】

みその原料は、大豆、麹、食塩。熟成期間や大豆と麹の割合によって、赤みそ、白みそといった味わいの違うみそが生まれる。一般に、白みそは大豆より麹を多く使うことで甘味を出し、塩分は少なめ。

変わりタルタルソース

白みそにマヨネーズを混ぜ合わせたものに、刻んだタマネギやネギを加えます。これを焼いたサバやサワラにかけて、タルタルソース風に使っています。好みで塩やコショウ、しょうゆなどを混ぜても。

小澤かよさん（稲美町）

まろやか味の和風サラダ

マヨネーズに好みの量の白みそを加え、少量の酢で溶きます。それと、一口大にちぎったレタスとワカメ、薄切りにしたチクワを混ぜ合わせると、「簡単和風サラダ」の完成です。
最後にすりゴマをかければなおよし!

三宅晴子さん（篠山市）

酒粕とコラボ

豚バラ肉300gを炒め、出た脂で、食べやすい大きさに切った青菜1束分を炒めます。そこに、酒粕100g、白みそ大さじ1、砂糖大さじ1を少量の湯で溶いたものを入れて味を付け、「豚と青菜の酒粕炒め」のできあがり。甘くてコクのある一品です。

北川直子さん（須磨区）

投稿募集

教えて!昆布茶レシピ

キッチンであまりがちな調味料について、「うちではこんなふうに使っている」「これに入れるとGOOD」というみなさんのアイデアを募集します。

●応募方法＝昆布茶を使ったレシピ（簡単に）と〒住所、氏名、電話番号を記入し、郵便、FAX、Eメールで。掲載分には薄謝をさしあげます。
〒658-8555　コープこうべ「きょうどう」編集室「昆布茶」係
FAX:078−856−1239
Eメール:kyoudou@kobe.coop.or.jp
1月17日（月）必着。

SPEEDY&HEALTHY
20分で晩ごはん! 香味だれでパパッと中華

炒め物やあえ物に便利!
食欲そそる香味だれは、中華メニューの万能調味料。炒め物やあえ物に、好みでラー油や豆板醤などを加えてどうぞ。中華がゆにも、よく合います。冷蔵庫で10日ほど日持ちしますよ。

コープこうべ家庭料理研究会
中島 幸代さん
コープこうべの提案する「食で健康づくり」を広める活動や、コープクッキングカードの企画・作成などをしています。

ブリの香味だれかけ

材料(2人分)

- ブリ……2切れ
- 酒……小さじ1
- 片栗粉……大さじ1
- ゴマ油……大さじ1
- ブロッコリー……4房
- パプリカ(赤)……1/4個
- 香味だれ……適量

[香味だれ(作りやすい分量)・・・材料を混ぜる]

- 白ネギ(みじん切り)……1/2本
- ショウガ(みじん切り)……1かけ
- ニンニク(みじん切り)……1/2かけ
- しょうゆ……1/4カップ
- 酢……大さじ2
- 砂糖……大さじ1
- ゴマ油……小さじ1

作り方

1. ブリに酒をふり、片栗粉をまぶす。
2. ブロッコリーとパプリカはひと口大に切ってゆでる。
3. フライパンに油を熱し、1を焼いて器に盛る。2の野菜を添え、<香味だれ>をかける。

point ★香味だれをかけるだけで中華風に

中華がゆ

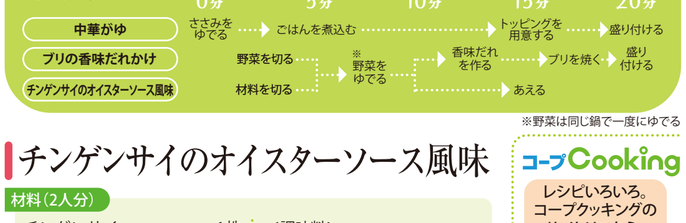
材料(2人分)

- 鶏ささみ……1本
- 水……3カップ
- 塩……小さじ1/3
- ごはん……茶碗1.5杯分
- 鶏ガラスープの素……小さじ1/2
- 野沢菜漬け……1本
- ゴマ油……少々
- クコの実(湯でもどす)……適量

作り方

1. 鍋に水を煮立てて塩を加え、ささみをゆでて取り出す。冷めたら手で細く裂く。
2. 1のゆで汁に、サッと水洗いしたごはんと鶏ガラスープの素を加え、沸とうしたら弱火で15分ほど煮込む。
3. 器に盛り、1と、刻んでゴマ油をふった野沢菜、クコの実をのせる。

point ★ごはんを使うので、短時間でおかゆが完成
★フタはせず、かきまぜないで煮込むこと



※野菜は同じ鍋で一度にゆでる

チンゲンサイのオイスターソース風味

材料(2人分)

- チンゲンサイ……1株
- かに風味カマボコ……2本
- <調味料>
- 香味だれ……小さじ1
- オイスターソース……小さじ1

作り方

1. チンゲンサイは2~3cmに切ってゆでる。かに風味カマボコは半分に切ってほぐす。
2. 1を<調味料>であえる。

point ★香味だれで手軽にコクと風味をプラス
★チンゲンサイは、ブリの付け合わせ野菜と同じ鍋で一度にゆでる

コープCooking
レシピいろいろ。コープクッキングのサイトはこちら。
コープクッキング 検索
http://cooking.coop-kobe.net/
携帯サイトはこちらから

プレゼント

コープス商品のお楽しみ福袋を5人の方に

ハガキに、〒住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、〒658-8555 コープこうべ『きょうどう』編集室「コープス」係まで。1月17日(月)消印有効。当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

※本紙の募集記事などに寄せられた個人情報は、それぞれの記事の目的のみに使用させていただきます。

コープ商品 News

★コープス 穂の実りたまご
●10個 248円
親鶏に与える配合飼料の10%に、国産米を使用した卵です。きちんと管理された優良産地に限定し、親鶏にワクチンを接種してサルモネラ菌に感染しにくくしています。また、ビタミンEを通常の3倍以上に強化。殻の色はピンクです。取り扱いはコープ、コープデイズ、シーアのみ。1月中旬から供給開始します。

★コープス 桃あんチーズクリーム大福
●2個 148円
白桃ペーストを使用した桃あんと、ほんのり酸味のあるチーズクリームを、大福生地で包んでいます。六甲アイランド食品工場職員により行われた「新商品開発コンテスト」で出されたアイデアが、商品になりました。1月・2月の季節限定商品です。

★コープス 日本の杉でつくった割箸
●20膳 198円
杉の間伐材等を有効活用してつくった箸です。色が濃い中心部分まで、丸太全部をむだなく使っているため、箸の色は不ぞろいです。このたび、持ちやすさと使いやすさを検討し、箸の角を面取りした細めの形状に変更しました。

※本紙は古紙を使ったノンコート紙(表面を加工していない紙)を使用しています